



Aktivitäten im Frühling stetig und gesundheitsfördernd steigern – Mit den modernen Blutdruckmessgeräten von medisana

Neuss, 03.05.2022. Im Frühjahr erwachen unsere Lebensgeister und viele genießen es, draußen wieder aktiver zu werden. Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft hält nicht nur fit, sondern sorgt auch für ein gutes Körpergefühl. Wichtig jedoch: Gerade zu Beginn des Trainings nicht übertreiben. Wer seine Aktivität erhöhen will, sollte dies stetig tun und darauf achten, seinen Körper langsam daran zu gewöhnen. Denn beim Temperaturwechsel von winterlicher Kälte hin zu frühlingshaften Graden kann der Blutdruck sinken, weil sich die Gefäße weiten. Dies kann unter Umständen zu Müdigkeit oder Kreislaufproblemen führen, insbesondere bei älteren oder wetterfühligen Menschen. Daher ist es ratsam, immer auf einen ausgewogenen Blutdruck zu achten und die eigenen Werte regelmäßig zu kontrollieren.

Doch wie funktioniert das genau? Und auf was müssen Anwender beim richtigen Blutdruck messen achten? Hier wichtige Tipps für die Blutdruckmessung am Oberarm, wie sie etwa auch die Deutsche Herzstiftung empfiehlt:

- Blutdruck messen erfordert vor allem Ruhe. Bei Aufregung, Stress oder körperlicher Aktivität sind die gemessenen Werte meist zu hoch.
- Der Arm wird auf den Tisch gelegt und möglichst entspannt.
- Die Beine sollten nebeneinanderstehen, denn bei übereinander geschlagenen Beinen steigt wegen der Anspannung der Muskulatur der Blutdruck.
- Die richtige Position der Blutdruckmanschette ist wesentlich. Sie sollte stets auf Herzhöhe liegen. Liegt der Messpunkt tiefer, so ist der gemessene Wert zu hoch, bei einem höher liegenden Messpunkt ist er zu niedrig.
- Die Manschette sollte nicht über der Kleidung angelegt werden und der Oberarm nicht durch enge Kleidung eingeengt werden.
- Der aufblasbare Teil der Manschette sollte sich an der Innenseite des Oberarms befinden und der Verschluss außen liegen.

- Die Manschette sollte nicht zu eng sitzen. Als Richtwert: Ein Finger sollte noch zwischen Manschette und Arm passen.
- Während der Messung nicht reden, lachen oder laut Fernsehen gucken.
- Die Messungen am besten dreimal hintereinander durchführen – mit je etwa einer halben Minute Pause dazwischen. Wie beim Arzt sollten nur die beiden letzten Messungen berücksichtigt und aus ihnen der Mittelwert bestimmt werden.

Mit Hilfe der Blutdruckmessgeräte von medisana gelingt die Messung des Blutdrucks ganz mühelos, denn die medisana Blutdruckmessgeräte sind einfach in der Handhabung, langlebig und liefern valide Messergebnisse. Als zertifizierte Medizinprodukte geben sie einen verlässlichen Überblick über den eigenen Gesundheitszustand. Die Einordnung der Messwerte erfolgt durch eine Ampel-Farbskala. So wie etwa beim **Oberarm-Blutdruckmessgerät BU 586 voice**. Aufgrund seiner Inflating-Technologie garantiert das zertifizierte Medizinprodukt schnellere Messergebnisse, weil der Blutdruck bereits während des Aufpumpens der Manschette gemessen wird. Sein integrierter Bewegungssensor dient dabei der Sicherstellung exakter Messergebnisse. Das Besondere des BU 586 voice Oberarm-Blutdruckmessgeräts ist seine Voice-Funktion: Sprachausgaben in der jeweiligen Landessprache Deutsch, Englisch, Niederländisch, Französisch, Italienisch und Türkisch können gewählt werden. Optimale Lesbarkeit bietet das Blutdruckmessgerät mit seinem elegant klassischen Design dank seines großen LCD-Displays mit extra großen Ziffern von 40 Millimetern. Eine Anzeige von unregelmäßigem Herzschlag, ein Hinweis auf Anwendungsfehler sowie die extra große Oberarm-Manschette (23 bis 43 Zentimeter) runden die praktischen Funktionen ab.

Mit den modernen Blutdruckmessgeräten von medisana lässt sich zuverlässiges Blutdruckmessen bequem in den Alltag integrieren. Das **medisana Oberarm-Blutdruckmessgerät BU 584 connect** mit seinem elegant klassischen Design überzeugt dank seines großen LCD-Displays mit zusätzlicher Hintergrundbeleuchtung und extra großen Ziffern von 40 Millimetern. Mit seiner innovativen Inflating-Technologie, bei der der Blutdruck bereits während des Aufpumpens der Manschette gemessen wird, liefert es schnellere Messergebnisse. Der integrierte Bewegungssensor ist für die Sicherstellung genauer Messergebnisse verantwortlich. Die Funktion zur Erkennung unregelmäßiger Herzschläge sowie ein Hinweis auf Anwendungsfehler runden die innovativen Funktionen zur präzisen Blutdruckmessung ab. Besonders praktisch beim Oberarm-Blutdruckmessgerät BU 584

connect ist, dass man seine Vitaldaten immer und überall dabei haben kann. Denn mit Hilfe der Bluetooth® Smart-Datenübertragung an die VitaDock+ App 2.0 für iOS und Android und an VitaDock® Online lassen sich die Ergebnisse jederzeit unkompliziert analysieren und auswerten. Weiterhin überzeugt das BU 584 connect mit seinen je 120 Speicherplätzen für zwei Benutzer und seiner besonders großen Oberarmmanschette für einen Armumfang von 23 bis 43 Zentimeter.

Das medisana Oberarm-Blutdruckmessgerät BU 586 voice ist zum Preis von 69,95 Euro UVP und das medisana Oberarm-Blutdruckmessgerät BU 584 connect zum Preis von 79,95 Euro UVP im Fachhandel und unter www.medisana.de erhältlich.

medisana zählt zu den führenden Spezialisten im Home Health Care-Markt. Seit rund 40 Jahren setzt sich das deutsche Unternehmen mit der Devise „Deine Gesundheit in guten Händen“ für die Gesundheit der Menschen ein. Dabei ist medisana Vorreiter beim Trend des mobilen Gesundheitsmanagements und liefert zukunftsorientierte Produkte für den modernen Alltag in einer zunehmend vernetzten Welt. Im Bereich Massage zählt das Unternehmen aus Neuss zu den führenden Herstellern. medisana entwickelt, vermarktet und verkauft weltweit Produkte der Kategorien Mobile Gesundheit, Gesundheitskontrolle, Wellness, Körperpflege, Therapie und Gesundes Zuhause für gesundheitsbewusste Verbraucher.

medisana GmbH
Carl-Schurz-Str. 2
41460 Neuss
Tel.: 02131 / 3668 0
Fax: 02131 / 3668 5095
presse@medisana.de
www.medisana.de

Facebook: facebook.com/medisana
Instagram: instagram.com/medisanade